

Birth control after baby: A Patient Guide

Finding the birth control that's right for you after having your baby should be a discussion between you, your partner (if desired), and your clinical team. Learn about different methods, understand the safety and efficacy at different times after birth, and how they may affect breast/chest milk. Birth control hormones are not harmful to milk quality, but methods with **estrogen** (see below in blue) may decrease milk production. And estrogen increases some medical risks in the first few weeks postpartum.

Time Period	Tubal ligation	Vasectomy	Implant	Copper IUD	Hormonal IUD	Depo shot	Condom	Lactational Amenorrhea	Progestin (mini) pill	Fertility awareness	Combined pill	Patch	Ring
WITHIN 10 MINUTES POST-PLACENTA	Green	Green	Green	Green	Green								
WITHIN 24 HOURS POSTPARTUM	Green	Green	Green	Yellow	Yellow	Green							
1 TO 3 DAYS POSTPARTUM	Green	Green	Green	Yellow	Yellow	Green	Green	Green	Green				
3 DAYS TO 3 WEEKS POSTPARTUM	Green	Green	Green	Yellow	Yellow	Green	Green	Green	Green	Yellow			
3 TO 4 WEEKS POSTPARTUM	Green	Green	Green	Yellow	Yellow	Green	Green	Green	Green	Yellow	Blue	Blue	Blue
4 TO 6 WEEKS POSTPARTUM	Green	Green	Green	Yellow	Yellow	Green	Green	Green	Green	Yellow	Blue	Blue	Blue
6 OR MORE WEEKS POSTPARTUM	Green	Green	Green	Yellow	Yellow	Green	Green	Green	Green	Yellow	Green	Green	Green



No concerns and works well when used correctly



Small concerns and may not work as well in this time period

Anticonceptivos después del bebé: una guía para el paciente

Encontrar el método anticonceptivo adecuado para ti después de tener a tu bebé debe ser una discusión entre tú, tu pareja (si lo deseas) y tu equipo clínico. Infórmate sobre los diferentes métodos, comprende la seguridad y la eficacia en diferentes momentos después del nacimiento y cómo pueden afectar a la leche materna o de pecho. Las hormonas anticonceptivas no afectan la calidad de la leche, pero los métodos con estrógenos (ver abajo en azul) pueden disminuir la producción de leche. Y el estrógeno aumenta algunos riesgos médicos en las primeras semanas después del parto.






































































A LOS 10 MINUTOS POSPARTO													
A LAS 24 HORAS POSPARTO													
DE 1 A 3 DÍAS POSPARTO													
DE 3 DÍAS A 3 SEMANAS POSPARTO													
DE 3 A 4 SEMANAS POSPARTO													
DE 4 A 6 SEMANAS POSPARTO													
DE 6 O MÁS SEMANAS POSPARTO													

 Sin problemas y funciona bien si se utiliza correctamente

 Pequeñas preocupaciones y tal vez no funcione tan bien en este periodo de tiempo

منع الحمل بعد الولادة دليل المريض

يجب أن تبحثين على وسيلة منع الحمل المناسبة لك بعد إنجاب طفلك وذلك بمناقشة أفضل الوسائل بينك أنت وشريكك (إذا رغبت في ذلك) وفريقك الطبي. تعرفي على الطرق المختلفة وأفهمي مدى سلامتها وفعاليتها في الأوقات المختلفة بعد الولادة، وكيف يمكن أن تؤثر على حليب الأم/ حليب الثدي. فهرمونات منع الحمل ليست ضارة بجودة الحليب، ولكن الوسائل التي تحتوي على هرمون الإستروجين (انظر الوسائل المحددة باللون الأزرق أدناه) قد تقلل من إدرار الحليب. كما أن هرمون الإستروجين يزيد من بعض المخاطر الطبية في الأسابيع القليلة الأولى بعد الولادة.



































































    	<p>خلال 10 دقائق بعد الولادة</p> <p>ربط قناتي فالوب (ربط البوق) قطع القنوات المنوية غزّامة منع الحمل اللولب الرحمي النحاسي اللولب الرحمي الهرموني</p>
     	<p>خلال 24 ساعة بعد الولادة</p> <p>ربط قناتي فالوب (ربط البوق) قطع القنوات المنوية غزّامة منع الحمل اللولب الرحمي النحاسي اللولب الرحمي الهرموني حقنة ديبو</p>
        	<p>من يوم واحد إلى 3 أيام بعد الولادة</p> <p>ربط قناتي فالوب (ربط البوق) قطع القنوات المنوية غزّامة منع الحمل اللولب الرحمي النحاسي اللولب الرحمي الهرموني حقنة ديبو الواقي الذكري انقطاع الطمث أثناء الرضاعة حبوب البروجستين (الصغيرة)</p>
         	<p>من 3 أيام إلى 3 أسابيع بعد الولادة</p> <p>ربط قناتي فالوب (ربط البوق) قطع القنوات المنوية غزّامة منع الحمل اللولب الرحمي النحاسي اللولب الرحمي الهرموني حقنة ديبو الواقي الذكري انقطاع الطمث أثناء الرضاعة حبوب البروجستين (الصغيرة) التوعية بالخصوبة</p>
            	<p>من 3 إلى 4 أسابيع بعد الولادة</p> <p>ربط قناتي فالوب (ربط البوق) قطع القنوات المنوية غزّامة منع الحمل اللولب الرحمي النحاسي اللولب الرحمي الهرموني حقنة ديبو الواقي الذكري انقطاع الطمث أثناء الرضاعة حبوب البروجستين (الصغيرة) التوعية بالخصوبة حبوب منع الحمل المركبة لاصقة منع الحمل الحلقة المهبلية لمنه الحمل</p>
            	<p>من 4 إلى 6 أسابيع بعد الولادة</p> <p>ربط قناتي فالوب (ربط البوق) قطع القنوات المنوية غزّامة منع الحمل اللولب الرحمي النحاسي اللولب الرحمي الهرموني حقنة ديبو الواقي الذكري انقطاع الطمث أثناء الرضاعة حبوب البروجستين (الصغيرة) التوعية بالخصوبة حبوب منع الحمل المركبة لاصقة منع الحمل الحلقة المهبلية لمنه الحمل</p>
            	<p>6 أسابيع أو أكثر بعد الولادة</p> <p>ربط قناتي فالوب (ربط البوق) قطع القنوات المنوية غزّامة منع الحمل اللولب الرحمي النحاسي اللولب الرحمي الهرموني حقنة ديبو الواقي الذكري انقطاع الطمث أثناء الرضاعة حبوب البروجستين (الصغيرة) التوعية بالخصوبة حبوب منع الحمل المركبة لاصقة منع الحمل الحلقة المهبلية لمنه الحمل</p>

قد تسبب مشاكل طفيفة وقد لا تعمل جيدًا خلال فترة استمرار هذه المشاكل

لا تسبب أي مشاكل وتعمل جيدًا عند استخدامها بشكل صحيح

بچے کے بعد برتھ کنٹرول: والدین کا گائیڈ

بچہ پیدا کرنے کے بعد، آپ کے لیے صحیح برتھ کنٹرول تلاش کرنے کے حوالے سے آپ کے ساتھی (اگر چاہیں) اور آپ کی طبی ٹیم کے درمیان بات چیت ہونی چاہیے۔ اس بارے میں مختلف طریقوں کے بارے میں جانیں، پیدائش کے بعد مختلف اوقات میں ان کے تحفظ اور افادیت کو سمجھیں اور یہ بھی جانیں کہ یہ طریقے چھاتی/سینے سے دودھ پلانے کو کیسے متاثر کر سکتے ہیں۔ پیدائش پر قابو پانے والے ہارمونز دودھ کے معیار کے لیے نقصان دہ نہیں ہوتے، مگر ایسٹروجن والے طریقے (نیچے نیلے رنگ میں دیکھیں) دودھ کی پیداوار کو کم کر سکتے ہیں۔ اور ایسٹروجن بعد از پیدائش کے پہلے چند ہفتوں میں کچھ طبی خطرات کو بھی بڑھا دیتا ہے۔

	    	<p>آنول کے بعد 10 منٹ کے اندر</p> <p>بارمونڈ IUD کاپر IUD امپلائٹ نس بندی نسوانی نس بندی</p>
	     	<p>پیدائش کے بعد 24 گھنٹوں کے اندر</p> <p>ٹیپو شات بارمونڈ IUD کاپر IUD امپلائٹ نس بندی نسوانی نس بندی</p>
	        	<p>پیدائش کے بعد 1 تا 3 دنوں کے اندر</p> <p>پروجسٹن (چھوٹی) گولی دودھ پلانے کے دوران ماہواری کی بندش کنڈوم ٹیپو شات بارمونڈ IUD کاپر IUD امپلائٹ نس بندی نسوانی نس بندی</p>
	         	<p>پیدائش کے بعد 3 دن تا 3 ہفتوں کے اندر</p> <p>بارواری کے بارے میں آگاہی پروجسٹن (چھوٹی) گولی دودھ پلانے کے دوران ماہواری کی بندش کنڈوم ٹیپو شات بارمونڈ IUD کاپر IUD امپلائٹ نس بندی نسوانی نس بندی</p>
	           	<p>پیدائش کے بعد 3 تا 4 ہفتوں کے اندر</p> <p>چھلا بیچ مشترکہ گولی بارواری کے بارے میں آگاہی پروجسٹن (چھوٹی) گولی دودھ پلانے کے دوران ماہواری کی بندش کنڈوم ٹیپو شات بارمونڈ IUD کاپر IUD امپلائٹ نس بندی نسوانی نس بندی</p>
	           	<p>پیدائش کے بعد 4 تا 6 ہفتوں کے اندر</p> <p>چھلا بیچ مشترکہ گولی بارواری کے بارے میں آگاہی پروجسٹن (چھوٹی) گولی دودھ پلانے کے دوران ماہواری کی بندش کنڈوم ٹیپو شات بارمونڈ IUD کاپر IUD امپلائٹ نس بندی نسوانی نس بندی</p>
	           	<p>پیدائش کے بعد 6 یا زیادہ ہفتوں کے اندر</p> <p>چھلا بیچ مشترکہ گولی بارواری کے بارے میں آگاہی پروجسٹن (چھوٹی) گولی دودھ پلانے کے دوران ماہواری کی بندش کنڈوم ٹیپو شات بارمونڈ IUD کاپر IUD امپلائٹ نس بندی نسوانی نس بندی</p>

چھوٹے خدشات ہو سکتے ہیں اور ہو سکتا ہے کہ اس مدت میں اچھا کام نہ کریں



کوئی تشویش نہیں اور صحیح طریقے سے استعمال کرنے پر اچھا کام کرتے ہیں ک



产后避孕：患者指南

在您生完孩子后，如何找到适合自己的避孕方法，应该由您本人、您的伴侣（如果需要的话）和您的临床团队共同讨论。了解不同的避孕方法，了解这些方法在产后不同时期的安全性和有效性，以及对母乳的影响。避孕激素对乳汁质量无害，但含有**雌激素的避孕方法**（在下图以蓝色标出）可能会降低乳汁产量。而且，雌激素会增加产后最初几周的一些医疗风险。

胎盘剥离后 10 分钟内	    
产后 24 小时内	     
产后 1 至 3 天	        
产后 3 天至 3 周	         
产后 3 至 4 周	            
产后 4 至 6 周	            
产后 6 周或以上	            



无需担忧，正确使用后效果良好



有些小问题，在这一时期可能效果不佳